



't Zonneke
WZC Zonnewende
Juli 2025

Inhoud



Voorwoord	3
Pastoraal Hoekje	4
Bewonersnieuws	9
Maandinfo	12
Valpreventie	18
Puzzelhoekje	19
Activiteiten	20
Feitencheck van de maand	28
Geschiedenis van de maand	29
Tv-serie van de maand	30
Pret en verzet	31
Doordenker	33
Tot slot	35

Voorwoord

Beste bewoner, familie,...

Beste lezer,

De zomer is intussen begonnen en de maand juli zet de zomervakantie in. Voor velen is dit de tijd om wat gas terug te nemen en te genieten van de zon, de warmte, de rust,... Drink zeker voldoende water en zoek op tijd de 'lommerte' op!

Feitencheck van de maand gaat over het microklimaat aan onze Belgische kust. Is het echt of maar een fabeltje?

Geschiedenis van de maand gaat over het feminisme. Kom er verderop meer over te weten!

In het rijtje iconische begintunes staat zeker ook die van The A-team. Deze legendarische tv-reeks wordt deze maand besproken.

Veel leesplezier!

De redactie

Pastoraal hoekje

Heilige Jacobus, apostel, 25 juli PATROONHEILIGE van de parochie en gemeente

Vlakbij ons woonzorgcentrum staat de Sint-Jacobuskerk, één van de oudste gebouwen in Kapellen. Sint-Jacobus is niet alleen de **patroonheilige** van deze kerk maar ook van de gemeente en sinds september 2016 ook van de Pastorale Eenheid Heiligen Jacobus & Antonius. De jaarlijkse Kapellen Kermis begint op de zaterdag op of na 25 juli, de naamdag van Sint-Jacobus.

Jacobus was één van de twaalf apostelen, door Jezus zelf geroepen. Om hem te onderscheiden van de andere Jacobus uit de Twaalf, wordt hij 'Major', de 'Meerdere' (is de 'oudere') genoemd. Hij en Johannes waren zonen van Zebedeüs, een visser bij het Meer van Galilea. Samen met Petrus en Johannes behoorde Jacobus de Meerdere tot de intiemste vrienden van Jezus. Dat groepje van drie was getuige van een aantal grote momenten uit Jezus' leven. Ze mochten erbij zijn, toen Jezus Jairo's dochtertje uit de dood deed opstaan, ze waren bij Jezus' gedaanteverandering op de berg Tabor, en op de vooravond van zijn lijden en dood in de Hof van Olijven, waar Jezus zich afzonderde om in doodsangst tot zijn Vader te bidden, waren ze in zijn nabijheid.

Na de dood en verrijzenis van Jezus werd Jacobus geloofsverkondiger in heel Israël en later ook in het Romeinse Rijk. Volgens de Handelingen van de Apostelen werd Jacobus op last van koning Herodes met het zwaard gedood. Dat moet omstreeks het jaar 44 gebeurd zijn. Zo werd hij de eerste martelaar onder de apostelen en, na Stefanus, de tweede van het christendom. Na zijn dood zou, volgens de legende, het lichaam van Jacobus door twee van zijn volgelingen in een boot zijn gelegd. Als door wonder zou de boot aangespoeld zijn aan de kust van Galicië, waar het stoffelijk overschot van de apostel zou zijn begraven. Na de ontdekking van het graf, wat pas gebeurde in de negende eeuw, werd daar een kerk gebouwd. Die werd al spoedig te klein. Er kwam een grote kathedraal, die later werd verwoest maar waarbij het graf van Jacobus niet werd beschadigd. Rond 1075 werd begonnen met de bouw van de huidige kathedraal van Santiago de Compostella, de eindbestemming van vele, vele pelgrims. Vanuit Kapellen 2140 km te gaan! Typerend voor Jacobus én voor pelgrims is de Sint-Jacobsschelp en de staf.

Op hoogdagen en zeker ook op 25 juli is in de kathedraal van Santiago de Botafumeiro in actie. De Botafumeiro is het grootste wierookvat ter wereld, een massief zilveren vat van ruim anderhalve meter hoog en circa 53 kg. Door een hele ploeg helpers wordt het wierookvat met grote snelheid door de ruime dwarsbeuk van de kathedraal geslingerd. Volgens de overlevering dient de Botafumeiro om de lucht in de kathedraal te zuiveren van onreinheden en onwelriekende geuren van de pelgrims.

Wereldouderendag

Op 31 januari 2021 riep paus Franciscus de Wereldouderendag in het leven. Naast de Wereldjongerendag, de Wereldziekendag, de Wereldmigrantendag ... is dit een nieuwe katholieke themadag die voortaan **op de vierde zondag van juli** gevierd wordt. De datum van de werelddag (dit jaar op 27 juli) wordt jaarlijks gekozen op basis van de feestdag van de Heiligen Joachim en Anna, de ouders van Maria en dus de grootouders van Jezus, die volgens de liturgische kalender op 26 juli wordt gevierd.

Met deze werelddag wil de paus de maatschappelijke rol van ouderen versterken. Hij benadrukt dat ouderen nog te veel naar de rand verdrongen zijn in onze kerkelijke gemeenschappen en in onze samenleving, terwijl hun levenservaring en geloof juist een belangrijke bijdrage kunnen leveren tot de opbouw van onze samenleving en de uitbouw van een meer solidaire wereld. Ouderen zijn immers de schakel tussen generaties en herinneren elk van ons aan onze wortels.

(bron: www.pastoralezorg.be)

Zomerse Zonne-uurtjes

Graag kom ik met jullie samen voor een zomers zonne-uurtje. Een mooi verhaal, symboliek, zonnige muziek enz. Indien het weer het toelaat doen we het buiten, zo niet is onze stille ruimte, onze kapel een rustgevend alternatief.

- Dinsdag 08 juli om 10.30 uur: zonne-uurtje voor Edelweiss/Fresia, Gladiol
- Woensdag 09 juli om 10.30 uur: zonne-uurtje voor Azalea/Begonia, Campanula/Dahlia, Cederhof
- Donderdag 10 juli om 10.30 uur: zonne-uurtje voor Hyacint, Iris, Dagcentrum

Aanbod vieringen in ons woonzorgcentrum

- Woensdag 02 juli om 10.30 uur: eucharistie in de Zilverlinde
- Woensdag 16 juli om 10.30 uur: woord- en communieviering in de Zilverlinde
- Woensdag 30 juli om 10.30 uur: eucharistie in de Zilverlinde

AANBOD!

Wens je een gebedsintentie in de viering? Iets of iemand waarvoor je wil bidden? Kan eventueel naamloos. Of gewoon danken? Of misschien iets vragen voor jezelf? Laat het me tijdig weten dan nemen we dit op in de voorbede. Voor alle duidelijkheid: dit is gratis!

Aanbod vieringen via radio of tv, en in de Sint-Jacobuskerk

Eucharistie meevieren via radio:

- De radiomissen kan je elke zondag beluisteren op Radio 1 om 10.00 uur
- De mis beluisteren kan ook dagelijks op Radio Maria om 9.00 uur, op zondag om 10.00 uur (DAB+ of Internet)

Eucharistie meevieren via tv:

Omwille van besparingen zendt de VRT vanaf dit jaar in de zomermaanden juli en augustus geen eigen eucharistieviering meer uit op televisie. Dat werd in onderling overleg tussen de VRT-directie en de bisschoppenconferentie beslist nadat de leiding van de VRT had laten weten dat besparingen zich ook opdringen voor de productie van de TV-vieringen. De vieringen op VRT Radio 1 blijven wel doorgaan. Ook de Eurovisieviering op het hoogfeest van Maria-Tenhemelopneming, vrijdag 15 augustus om 11.00 uur, blijft behouden. Nederlandstalige kijkers kunnen in juli en augustus voor de zondagse tv-mis wel terecht om 10.00 uur op de Nederlandse zender NPO2, zoals dat nu al gebeurt op zondagen zonder eigen eucharistieviering op VRT-tv. We zullen daar in de zomermaanden dan ook naar verwijzen. Zo kunnen gelovigen ook in juli en augustus wekelijks de zondagsviering in het Nederlands blijven meevieren op televisie. En zoals reeds aangestipt: daarnaast blijven ook de wekelijkse eucharistievieringen op VRT Radio 1 doorgaan tijdens de zomermaanden.

- 06/07/2025 - 14^e zondag door het jaar op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur Sint-Agathakerk, Lisse
- 13/07/2025 - 15^e zondag door het jaar op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur Sint-Gerlachuskerk, Houthem-Sint-Gerlach
- 20/07/2025 - 16^e zondag door het jaar op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur Heilige Martinuskerk, Cuijk
- 27/07/2025 - 17^e zondag door het jaar op **NPO 2** (Nederland) om 10.00 uur Sint-Martinuskerk, Sneek

(Bron: kerknet.be)

Meevieren in de Sint-Jacobuskerk, naast het woonzorgcentrum:

- Iedere zondag van juli: viering om 11.00 uur

- Speciale vieringen:

> 06/07/2025 om 11 uur:
11 juliviering (Vlaamse feestdag),
aansluitend wordt een glaasje aangeboden

> 20/07/2025 om 11 uur:
Viering met Te Deum (Nationale feestdag),
aansluitend wordt een glaasje aangeboden

> 27/07/2025 om 11 uur:
Viering ter ere van de Heilige Jacobus
(patroonheilige - kermiszonntag),
aansluitend receptie

Grote vakantie

*De maanden juli en augustus zijn uitgesproken vakantiemaanden.
Met een verhaal en bijhorende overweging
wil ik samen met jullie even mijmeren over 'vakantie'.*

(met dank aan de website: 'Bijbel in 1000 seconden')

Een hartelijke groet vanwege Pascale

DE RIJKE VADER EN ZIJN ZOON

Eens nam een rijke vader
zijn zoon mee naar het platteland
om hem te tonen hoe arme mensen leven.
Ze brachten enkele dagen door
in de boerderij van een familie
die het niet erg breed had.

Op de terugweg vroeg de vader:
'Hoe vond je jouw verblijf?'
'Fantastisch,' antwoordde de zoon.
'Heb je gezien hoe arme mensen leven?'
'O, zeker.'
'En wat heb je ervan geleerd?'
'Ik heb gezien dat ze vier honden hebben,
terwijl wij er maar één hebben.
Wij hebben een zwembad dat zo groot is
als de helft van de tuin

en zij hebben een grote kreek om in te zwemmen.
Wij hebben lantaarns in onze tuin
en zij hebben een hemel vol sterren.
Wij hebben een grote galerij voor het huis,
zij hebben de horizon.
Wij hebben een domein,
maar zij hebben velden zonder eind.
Wij kopen onze groenten,
maar zij kweken ze in hun tuin.
Wij hebben muren rond ons bezit om ons te beschermen,
zij hebben vrienden die voor hen zorgen.'

De vader wist niet meer wat te zeggen.

Overweging bij het verhaal

Wie had zo'n reactie verwacht?
Je stuurt je zoon op vakantie in een arme omgeving
zodat hij de rijkdom van zijn eigen omgeving
beter zou kunnen waarderen
en dan vindt hij dat de mensen in die arme omgeving
rijker zijn dan hij dat is.
Heeft het te maken met de manier van kijken?
Waarschijnlijk wel!
Maar dan moeten we toegeven
dat we vaak te eng kijken
en alleen oog hebben voor materiële rijkdom
en te weinig voor de rijkdom van het leven zelf.

Vakantie kan die rijkdom op het spoor doen komen.
Het kan met minder!
Men kan daar zelfs 'rijker' van worden.
Niet dat men dan zoveel meer bezit,
eerder dat men dan zoveel meer 'is'
en zo veel meer ziet.

Het leven en de omgeving van elke dag
op een andere manier bekijken,
kan de vakantie veel langer doen duren
en veel intenser doen zijn.
Leven is zoveel meer dan 'bezitten' alleen.

(bron: Bijbel in 1000 seconden)

Bewonersnieuws

De jarigen van juli

10 juli **Gerard Tanghe** 90 jaar *Hyacint*
11 juli **Karel Wendrickx** 87 jaar *Fresia*
11 juli **Semone Volckaerts** 96 jaar *Begonia*
16 juli **Jeanine Leysen** 85 jaar *Fresia*
18 juli **Martha Van der Haegen** 90 jaar *Gladiool*
24 juli **Helena Backx** 93 jaar *Begonia*
28 juli **Ria Nuyens** 72 jaar *Edelweiss*

4 juli **Fons Schouwaerts** 87 jaar *Cederhof III*
9 juli **Magda Willems** 84 jaar *Cederhof II*
22 juli **Adrienne Picavet** 91 jaar *Cederhof I*
23 juli **Hilda Willem** 89 jaar *Cederhof I*
24 juli **Jacqueline Peeters** 88 jaar *Cederhof III*
27 juli **Maria Coumans** 95 jaar *Cederhof II*

Hiep hiep hoera!

Hier verwelkomen we graag onze nieuwe bewoners!



Welkom!

Kamiel Kerstens - Dahlia

Nicole Praet - Dahlia

Leo Van Ginneken - Campanula

Paula De Beukelaer - Azalea



*Met droefheid in ons hart,
maar dankbaar om het leven,
nemen we afscheid van:*

Joe Biront - Dahlia

Julienne Van Seters - Dahlia

Roger Hendrickx - Azalea

Leo Van Ginneken - Campanula

Jos Simons - Cederhof II

"Wat je in je hart bewaard, raak je nooit meer kwijt."

Maandinfo

Een vleugje poëzie

Pas op voor de hitte

*Denk aan juffrouw Scholten,
die is vandaag gesmolten,
helemaal gesmolten, op de Dam.
Dat kwam door de hitte,
daar is ze in gaan zitten
- als je soms wil weten hoe dat kwam.
Ze hebben het voorspeld: Pas op, juffrouw, je smelt!
Maar ze was ontzettend eigenwijs...
Als een pakje boter,
maar dan alleen wat groter,
is ze uitgelopen, voor het paleis.*

*Enkel nog haar tasje
lag daar in een plasje...
Alle kranten hebben het vermeld
op de eerste pagina.
Kijk het zelf maar even na.
Ja, daar staat het, kijk maar: dame smelt.*

*Die arme juffrouw Scholten...
helemaal gesmolten...
Als dat jou en mij eens overkwam...
Laten we met die hitte
overal gaan zitten...
maar vooral niet midden op de Dam.*

Annie M.G.Schmidt



Beleef de maand: Bouwverlof



Het bouwverlof is een vakantieperiode in het hoogseizoen, waarin de meeste bouwbedrijven drie weken gesloten zijn. De periode verschilt per regio. In Vlaanderen begint die meestal in de week van de Vlaamse feestdag (11 juli).

In het verleden was bouwen een vrij lokaal gebeuren. Bouwheren keken naar lokale activiteiten, zoals kermissen, om hun verlof in te plannen. In Antwerpen bijvoorbeeld stemde men het bouwverlof af op de Sinksenfoor, in West-Vlaanderen hield men rekening met grote lokale opdrachtgevers zoals textielbedrijven. Dit zorgde ervoor dat er lokale verschillen waren in vakantieperiodes. In de loop der tijd werd bouwen minder lokaal en waren die verschillende vakantieperiodes niet praktisch meer. Zo kwam men tot het bouwverlof zoals we dat nu kennen.

Niet alle bouwvakkers hebben op dezelfde moment verlof. Die uit Vlaams-Brabant en Brussel doen niet mee, zij hebben een aparte regeling. Confederatie Bouw streeft wel naar uniformiteit in de toekomst. Het bouwverlof is ook geen verplichting, maar ontstaat uit onderlinge afspraken. Er zijn bedrijven die toch doorwerken, maar dat kan zijn omdat ze een vol orderboek hebben of omdat hun installaties een onderhoud nodig hebben. Ook buitenlandse bedrijven die werknemers uitsuren nemen verlof in dezelfde periode.

Uniformiteit in het bouwverlof heeft heel wat voordelen. De hele keten stopt op hetzelfde moment en start terug op hetzelfde moment. Het maakt plannen gemakkelijker en het scheelt in kosten. Een nadeel is dan weer dat werknemers nooit hun vakantie zelf kunnen kiezen. Ze zijn gebonden aan vaste data. Anderzijds kunnen ze wel lang op voorhand hun vakantie plannen.

Als het bouwverlof start merkt men dat ook aan het verkeer. Dan heb je de typische vakantieuittocht. Door de week ziet men een ander filepatroon. Dan is het 's ochtends erg rustig op de weg.

Maandmenu: middagmaal (onder voorbehoud)

MAANDAG 30/06

Groentesoep
Gekookte aardappelen met
kippenfilet en appelmoes
Yoghurt

DINSDAG 1/07

Kervelsoep met balletjes
Wortelpuree met chipolata
Crème van banaan

WOENSDAG 2/07

Champignonsoep
Rijst met groenten en
kip tikki masala
Witte chocomousse

DONDERDAG 3/07

Knolseldersoep
Frietjes met goulash en
een fris slaatje
Flan van zoute karamel

VRIJDAG 4/07

Tomaatgroentesoep
Puree met koolvishaasje in
een groen jasje en groentemelange
Hazelnoot-crème

ZATERDAG 5/07

Preisoep
Cannelloni met spinazie en riccota
Stracciatella mousse

ZONDAG 6/07

Kippencrème soep
Gratin aardappelen met konijn
met pruimen

MAANDAG 7/07

Groentesoep
Broccolipuree met Wiener Schnitzel en
blackwellsaus
Meloenblokjes

DINSDAG 8/07

Wortelsoep met balletje
Gekookte aardappelen met kipfilet,
peperroomsaus en Vlaamse groente
Pralinemousse

WOENSDAG 9/07

Aspergesoep
Pasta Bolognaise met geraspte kaas
Crème van Speculoos

DONDERDAG 10/07

Minestrone
Frietjes met stoofvlees op Vlaamse wijze
en witloofslaatje
Huisgemaakte ijscrème

VRIJDAG 11/07

Groentesoep
Knolselderpuree en tongrolletjes met
Nantuasaus
Gebak

ZATERDAG 12/07

Broccolisoepp
Gekookte aardappelen met cordon bleu
van kip en bloemkool in bechamelsaus
Panna cotta

ZONDAG 13/07

Courgettesoep
Kroketten met varkenshaasje, jager saus
en gestoofde Parijse wortel
Gebak

MAANDAG 14/07

Groentesoep

Gekruide aardappelen met kalkoenpavé,
champignonroomsaus en schorseneren

Fruitsalade

DINSDAG 15/07

Tomatencrème soep met balletjes

Gebakken rijst met groenten,
kippenspiesjes en currysaus

Sabayon mousse

WOENSDAG 16/07

Bloemkoolsoep

Puree met tomaat farci en provençaalse
saus

Crème van mango

DONDERDAG 17/07

Paprikasoep

Frietjes met vol-au-vent en koud slaatje
Huisgemaakte ijscrème

VRIJDAG 18/07

Ajuincrème soep

Gekookte aardappelen met alaska pollak
en prei in bechamelsaus

Chocolademousse

ZATERDAG 19/07

Groentesoep

Broccolipuree met balletjes op Zweedse
wijze

Mokka mousse

ZONDAG 20/07

Cressonsoep

Hertoginnenaardappelen met traag
gegaard varkensgebraad, erwten en
wortelen

Gebak

MAANDAG 21/07

Voorgerecht

Knolselderpuree met zalm en
bearnaisesaus

Gebak

DINSDAG 22/07

Kervelsoep met balletjes

Puree en vleesbrood met krieken

Zoute karamelpudding

WOENSDAG 23/07

Champignonsoep

Lasagne bolognaise

Witte chocomousse

DONDERDAG 24/07

Tomaat-groentesoep

Frietjes met biefstuk en fris slaatje

Huisgemaakte ijscrème

VRIJDAG 25/07

Knolseldersoep

Preipuree met kabeljauw in witte
wijnsaus

Bananen crème

ZATERDAG 26/07

Preisoep

Puree met balletjes in tomatensaus en
voetselder

Hazelnootcrème

ZONDAG 27/07

Kippenroomsoep

Tartiflette met varkenswangetjes,
kriekbier en stoofgroenten

Gebak

MAANDAG 28/07

Groentesoep

Gebakken rijst met groenten, loempia en
currysous

Meloenblokjes

DINSDAG 29/07

Wortelsoep met balletjes

Puree met aspergerolletjes in de oven

Pralinémousse

WOENSDAG 30/07

Broccolisoup

Savooipuree met boerenworst

Crème van Speculoos

DONDERDAG 31/07

Minestrone

Frietjes met stoofvlees op Vlaamse wijze
en koolslatje

Huisgemaakte ijscrème

VRIJDAG 1/08

Aspergesoup

Spinaziepuree met gepaneerde
koolvishaas en tartaarsaus

Vanillepudding met rozijnen

ZATERDAG 2/08

Groentesoup

Pasta Pesto met kippenreepjes

Mousse van kokos

ZONDAG 3/08

Courgettesoup

Kroketten met Zwitserse rollade en
broccolimix

Gebak

Tour de France in Zonnewende



De Ronde van Frankrijk vindt dit jaar plaats van 5 tot 27 juli. In Zonnewende willen we graag Frankrijk in huis halen en onze eigen Tour rijden.

We starten op 7 juli. Alle kilometers die dagelijks in huis worden gefietst, worden bij elkaar opgeteld. En we willen uiteraard zoveel mogelijk kilometers op de teller krijgen!

De renners in Frankrijk leggen in 21 etappes een totale afstand van ongeveer 3796 km af. Zullen we dit halen? Smeer je beentjes al maar in!

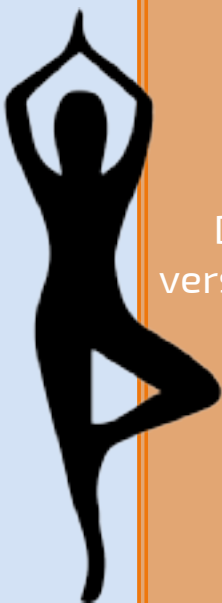
Dinsdag 29 juli is onze slotdag. Dan worden de gereden kilometers bekendgemaakt in onze cafetaria 't Zonnehof, samen met een hapje en een drankje.

Valpreventie

Tip van de maand: Water is niet alleen goed tegen de kater. Maar eigenaardig genoeg vallen we minder als we voldoende water drinken.

Beste lezers,

Het is zomer en tot hiertoe hebben we al mooie warme dagen gekend, misschien soms net iets te warm. In deze periode krijgen we via allerlei kanalen te horen dat we voldoende water moeten drinken. Voldoende water in ons lijf zorgt niet alleen voor een stralende huid en een beter metabolisme, maar wist je dat water heel goed is voor onze gewrichten? Uitdroging (lees: te weinig water drinken) leidt tot gewrichtspijnen. Ook klagen we sneller van hoofdpijn als we te weinig water tot ons nemen. En omdat pijn een van de valrisico's is, draagt voldoende water drinken onrechtstreeks bij aan minder totterpartijen. Bovendien regelt water onze bloeddruk en blijven we fitter en wakker. Dus water werkt ondersteunend als we veilig een stappeke in de wereld willen zetten. Dus... ik stel voor om nu een glaasje water te drinken! Gezondheid!



BEWEGING VAN DE MAAND

Met de polsen draaien en op en neer bewegen

Deze maand brengen we onze polsen in beweging, er zijn verschillende variaties, probeer ze maar uit zonder te forceren.

- > beide polsen naar binnen draaien
- > beide polsen naar buiten draaien
- > beide polsen naar rechts draaien
- > beide polsen naar links draaien
- > beide polsen op en neer bewegen, tegelijkertijd of afwisselend.

Puzzelhoekje

Zomers taaltje

Koppel elk dialectwoord aan de juiste betekenis hiernaast.
Vul daarna het juiste dialectwoord in op de stippellijn in de zinnen onderaan.
Zo ontdek je hoe rijk en herkenbaar onze zomerse taal kan zijn!



sletsen	gebak
foor	pet
congé	grappen/gek doen
zwanzen	zonnen
bakken	pootjebaden / wat rondspatten in het water
ploeteren	verlof
klak	kermis
pateekes	zwoel, benauwd weer
plakkerig	teenslippers

Het is vandaag zo _____ weer dat je overal aan blijft kleven.

In juli zijn we altijd met _____ een paar dagen naar zee geweest.

Op zondag kregen we koffie met verse _____ van de bakker.

De kinderen zaten uren te _____ in het fonteintje op het binnenplein.

Hij had z'n oude _____ aangedaan om naar 't koerke te gaan.

We gaan naar de _____ in het dorp. Daar staat een draaimolen.

De zon was fel, dus hij zette zijn _____ op tegen de warmte.

Op het bankje buiten zaten we te _____ met de burens.

Ze zat heel de namiddag te _____ in de zon.

Oplösing: plakkerig, congé, pateekes, ploeteren, sletsen, foor, klak, zwanzen, bakken

Activiteiten

Terugkerende activiteiten en diensten



Cafetaria 't Zonnehof

Alle dagen open

Van 14u tot 17u



Eucharistieviering

Woensdag 2 juli, 16 juli en 30 juli

Om 10u30

In de Zilverlinde



Kapster

Aanwezig op dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag

Op afspraak



Avondcafé

Vrijdag 25 juli

Van 18u tot 20u

In onze cafetaria 't Zonnehof



Bibmobiel

Dinsdag 8 juli

In onze cafetaria 't Zonnehof

Tussen 14u en 14u30

Iedereen welkom!

Activiteiten juli

Op de volgende pagina's vind je een overzicht van onze gezamenlijke activiteiten voor deze maand. Uiteraard zijn er ook op andere momenten activiteiten op de woongroepen.

Woensdag 2 juli

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde



Vrijdag 4 juli

14u: Wandelnamiddag voor de bewoners van Hyacint

Maandag 7 juli

14u: Bewegingsnamiddag in de Zilverlinde

Dinsdag 8 juli

10u30: Zonne-uurtje met Pascale, voor de bewoners van Edelweiss-Fresia en Gladiool, buiten of in de kapel



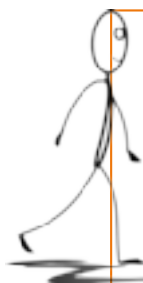
14u: Bibmobiel in de cafetaria

Woensdag 9 juli

10u30: Zonne-uurtje met Pascale, voor de bewoners van Azalea-Begonia, Campanula-Dahlia en onze flatjes, buiten of in de kapel

Donderdag 10 juli

10u30: Zonne-uurtje met Pascale, voor de bewoners van Hyacint en Iris, en de gebruikers van ons CDV, buiten of in de kapel



Vrijdag 11 juli

10u30: Mannenuurtje in de Zilverlinde

14u: Wandelnamiddag voor de bewoner van Iris

Maandag 14 juli

14u: Bingo in de Zilverlinde, voor de bewoners van Azalea-Begonia, Campanula-Dahlia, Edelweiss-Fresia en onze flatjes

Woensdag 16 juli

10u30: Woord-en communieviering in de Zilverlinde

Vrijdag 18 juli

14u: Wandelnamiddag voor de bewoners van Gladiool



Maandag 21 juli

Nationale Feestdag - *Geen activiteiten*

Dinsdag 22 juli

14u: Bingo in de Zilverlinde, voor de bewoners van Gladiool, Hyacint en Iris, de gebruikers van ons CDV en onze flatbewoners

Vrijdag 25 juli



14u: Wandelnamiddag voor de bewoners van Edelweiss-Fresia

Van 17u tot 20u: Avondcafetaria in 't Zonnehof

Maandag 28 juli

14u: Bewegingsnamiddag in de Zilverlinde



Dinsdag 29 juli

14u: Feest voor de jarigen in de cafetaria
en slotfeest van de 'Tour de France'

Woensdag 30 juli

10u30: Eucharistieviering in de Zilverlinde

Voorbije weken

Ondertussen zijn we gestart met onze wandelnamiddag op vrijdag.



In mei werden alle rollators en rolstoelen eens goed gepeetst. Het carwashteam bestaande uit de ergo's, kiné's en technische dienst staken de handen uit de mouwen. Tijdens het wachten konden de bewoners genieten van een tasje koffie!



Onlangs werden de jarigen
nog eens in de bloemetje
gezet. Wat een feestje!





Feitencheck van de maand

De Belgische kust heeft een microklimaat.

Vorig jaar werd er op de website van attractiepark Plopsaland beweerd dat De Panne een bijzonder microklimaat zou hebben. Dit wil zeggen: meer zonneschijn en minder kans op regen, ten opzichte van de rest van het land.

Die bewering klopt ook. Uit waarnemingen blijkt dat de Belgische kust koelere zomers heeft, zachtere winters, meer zonneschijn en minder neerslag. Dit dankzij lokale effecten. Zo warmt de temperatuur van het zeewater traag op in de zomer, en koelt die traag af in de winter. De temperatuurverschillen tussen de seizoenen worden daardoor afgezwakt en vertraagd. De winters zijn er bijgevolg zachter en de zomers frisser dan in het binnenland. Ook de zeebries doet zijn duit in het zakje. Zodra het temperatuurverschil tussen land en zee voldoende groot wordt, vormt er zich een thermische circulatie die een zeebries doet ontstaan. Dit is vooral te merken van mei tot en met augustus. Hierdoor schieten de temperaturen niet de lucht in.

Aan het westelijk deel van onze kust, zoals in De Panne, merkt men dat er minder neerslag valt. Dit komt door “de schaduw van Engeland”. Als er sprake is van Noordzeebuien (die van Noord naar Zuid trekken) blijft het westelijk deel van onze kust iets meer gespaard. Dit omdat die buien al zijn uitgeregend boven Oost-Engeland. De buien die boven de Noordzee blijven bereiken België wel, maar dan vooral langs het oostelijk deel.

Geschiedenis van de maand

Het feminisme

Het feminisme is de verzameling van maatschappelijke en politieke bewegingen die streven naar een gelijkwaardige positie van vrouwen (op vlak van rechten en mogelijkheden) ten opzichte van mannen. Belangrijk hierbij is dat het feminisme de ongelijke (machts)verhoudingen tussen man en vrouw bekritiseert en daar verandering in wil aanbrengen. Het woord is afgeleid van het Latijnse woord “femina” dat vrouw betekent.

Het feminisme als beweging is al zeker 200 jaar oud en bestaat nog steeds. Het komt direct voort uit de waarden vrijheid, gelijkheid en broederschap, uit de tijd van de Verlichting en de Franse Revolutie. De eerste Verklaring van de Rechten van de Mens, uit augustus 1789, vormde ook een inspiratie voor vrouwen om op te komen voor vrouwenrechten.

De Britse feministe Mary Wollstonecraft publiceerde in 1792 haar boek “Pleidooi voor de rechten van de vrouw”. Nadien werd ze gezien als de oermoeder van het feminisme.

Er zijn verschillende golven geweest die het feminisme hebben gebracht tot waar het nu staat. Binnen het feminisme bestaan er ook verschillende stromingen

Tv-serie van de maand

The A-team

The A-team is een Amerikaanse televisieserie uit de jaren 80 en gaat over vier Vietnamveteranen die er ten onrechte van worden beschuldigd de bank van Hanoi te hebben overvallen. Ze worden veroordeeld maar weten te ontsnappen. Ze vluchten naar Los Angeles en duiken onder. Daar overleven ze als huurlingen. Zo nu en dan helpen ze anderen die onrecht worden aangedaan, in hun strijd tegen rijke criminelen en onderdrukkers.

De serie werd voor het eerst uitgezonden op 23 januari 1983. Er werden in totaal 5 seizoenen gemaakt, met in totaal 98 afleveringen.

De vier leden van The A-team zijn: kolonel John “Hannibal” Smith, sergeant Bosco Albert Baracus, luitenant Templeton Peck ofwel “Faceman” en kapitein H.M. Murdock.

De unieke combinatie van humor, stripachtige actie en avontuur kenmerkt de serie en stond garant voor succes. The A-team trok wereldwijd een miljoenenpubliek. Tot op de dag van vandaag wordt de serie heruitgezonden.

Toen ze voor het eerst werd uitgezonden, riep de serie veel controverse op. Omwille van het zogenaamde geweldsgehalte en pro-militaire karakter. Echter viel dat allemaal wel mee. Niettegenstaande de ontelbare explosies, stunts, kogelregens en vuistgevechten, viel er in de serie maar één zichtbare dode en vloeiende er zelden bloed.

Pret & verzet

Onze lieve kleinen

Jolien: Mama, waarom groeien de kindjes in de buik van de mama?

Mama: Wel, euh, ja, als mama en papa elkaar heel graag zien, dan groeit er een kindje in mama's buik.

Jolien: Zie jij papa niet meer graag?

Ik loop samen met mijn dochttertje Sara (3) door het park waar een paar treurwilgen staan. Sara wijst ernaar en zegt: "Kijk mama, een huilboom!"

Toen ik deze zomer mijn zoontje Dries (2,5) een dikke, glanzende aardbei presenteerde, waaraan het groene kroontje nog vasthing.

Zei hij: "Moeke, wel eerst het gras eraf doen hoor!"

Bartje (4) riep op een dag: "Mama, mama, kom kijken, onze vis kan dansen!"

De goudvis was uit de kom gesprongen en lag wild spartelend op de grond.

Lisse (5 jaar) logeert een weekend bij oma en opa. Met grote ogen bekeek ze haar opa toen die van overhemd wisselde, en merkt op: "Opa, eigenlijk heb je wel een dikke buik, hé?"

Maar ze voegde er meteen troostend aan toe: "Maar dat geeft niet hoor je staat er wel mee..."

Ik kwam met mijn nichtje Naomi (5 jaar) voorbij een grill waarin kippen hingen te braden.

Waarop zij uitriep: "Kijk nonkel, een zonnebank voor kippen!"

Toen we onderweg waren naar school voor de loopwedstrijd, vroeg Nele (6 jaar) in de auto:

"Moeke, mensen voorbijsteken is niet beleefd, hé?"

"Dat is waar, Nele," zei ik, "je moet altijd je beurt af-wachten."

"Maar, moeke" zei Nele, "hoe kan ik dan winnen?"

Toen onze Max (4 jaar) vroeg waarom tuinkabouters groen worden, vertelde ik hem dat door de regen kwam. Waarop hij zei: "Wordt onze hond dan ook groen als hij in de regen loopt?"

Julie (2,5 jaar) spuwde onlangs haar boterham met beleg en kaas uit. Haar moeder zei: "Ik zal voor jou jonge kaas gaan halen". Waarop Julie antwoordde: "Ja, of meisjeskaas!".

Een man en zijn vrouw gaven elkaar een zoen waar hun zoontje van 2.5 jaar bijstond, waarop hij vroeg: "Eet papa je mond op?"

Hannah (3 jaar) en haar moeder zaten in de tuin. De moeder zei: "Nu kunnen we lekker bruin worden." Hannah antwoordde: "Nee mama dat wil ik niet, ik wil alleen roze worden". Dit is namelijk haar lievelingskleur.

Een man gaat bij zijn baas om een gunst vragen.

“Mag ik vandaag twee uur eerder ophouden met werken? Mijn vrouw wil met me gaan winkelen.”

“Daar komt niets van in huis!”

“Dank u chef. Dank u. Ik wist dat ik op u kon rekenen.”

Een moeder loopt met haar zes kinderen een warenhuis binnen.

“Naar welke afdeling gaan we, mama?” vraagt één van hen.

“De kinderafdeling,” zegt de moeder.

“Maar, mama! We zijn al met z’n zessen!”

Een vrouw loopt een kledingzaak binnen en vraagt of ze dat mooie rode jurkje in de etalage mag passen.

“U kunt dat zeker eens passen,” zegt de verkoopster. “Maar dat zult u toch wel in de paskamer moeten doen!”

“Eerwaarde,” zegt Wannes. “Ik heb mijn vrouw bedrogen.”

“Toch niet met die blonde uit de Stationsstraat?”

“Nee.”

“Met die zwarte uit de Bosweg?”

“Nee.”

“Met die rosse uit de Arteveldestraat dan?”

“Nee, ook niet.”

“Wel, bid dan drie Onzevaders en drie Weesgegroeitjes.”

De man gaat naar buiten en vertelt wat hem is overkomen aan een vriend.

“En zijn je zonden nu vergeven?” vraagt die.

“Dat weet ik niet, maar ik heb wel drie nieuwe adressen gekregen.”

Een bejaarde man vertelt zijn vriend over een nieuw restaurant, waar hij samen met zijn vrouw heeft gegeten.

“Het eten en de bediening waren super!” zegt hij.

“Hoe heet dat restaurant?” vraagt zijn vriend.

“Verdorie, ik kan het me niet herinneren. Hoe heet zo’n bloem met van die witte kroonblaadjes ook weer?”

“Bedoel je een margriet?”

“Ja, dat is het!” antwoordt hij.

Hij draait zich om naar zijn vrouw en vraagt: “Margriet, wat is de naam ook weer van dat restaurant waar we laatst zijn gaan eten?”

Doordenker

Q	A	R	I	S	H	A	L	P	N	I	E	M	L	O	P	E
E	C	R	D	N	A	R	T	S	G	M	O	E	N	I	L	I
K	S	O	T	L	E	T	M	E	R	P	L	A	J	R	O	F
E	T	D	N	A	N	E	C	H	Z	M	O	T	I	H	S	I
N	G	N	O	T	D	N	A	L	I	E	E	V	T	T	A	L
S	S	N	O	Z	I	R	O	H	L	J	I	E	S	S	S	O
M	T	S	W	E	R	N	C	E	L	E	L	E	E	T	E	B
N	R	S	Z	O	R	P	E	U	R	D	A	E	O	N	K	E
E	P	N	D	A	I	D	A	N	I	D	N	R	W	A	E	R
O	M	D	E	O	D	N	A	I	T	N	D	I	E	T	D	G
I	D	N	P	L	N	R	N	A	A	R	I	G	I	J	R	S
T	M	O	E	R	A	S	E	V	A	I	L	R	E	N	A	D
E	N	R	J	A	A	E	M	O	M	E	T	E	M	A	A	A
R	E	N	N	E	K	T	D	O	I	E	Z	N	V	N	O	F
W	J	E	E	N	L	A	N	D	L	I	E	S	T	U	G	O
E	V	D	W	I	U	I	J	S	K	B	E	N	K	T	E	D
E	K	A	R	T	V	N	T	O	H	N	T	Z	E	I	C	H

Welk woord staat niet in het rooster ?

AARDE-BERG-CONTINENT-EILAND-EVENAAR-GRENS-HEUVEL-
KIM-HORIZON-KLIMAAT-LAND-LANDTONG-MOERAS-OCEAAN-
RIVIER- ROTS-STRAND-VULKAAN-WERELDDEEL-WOESTIJN-ZEE



Oplossing

Oplossing van de maand JUNI : STINKKAAS stond niet in het rooster.

Schiftingsvraag : 9 bewoners waren 92jaar op 4 juni in Zonnewende.

Winnaar : jammer geen winnaar deze maand.

Het laatste blad mag ingevuld afgegeven worden aan de receptie voor 20 juli 2025. Het juiste antwoord wordt beloond. Veel succes !!!

Naam:

Kamer of flatje:

Schiftingsvraag : hoeveel mannen werken er in Zonnewende?

Tot slot

Bronnen

<https://www.vrt.be/vrtnws>

<https://www.bouwunie.be>

<https://www.historiek.net><https://www.isgeschiedenis.nl>

<https://www.factcheck.vlaanderen.be>

<https://www.quest.be>

<https://www.wikipedia.be>

<https://www.pixabay.com>

<https://www.pexels.com>

<https://www.freepik.com>

Redactie en vormgeving

Sarah en Evy

Met dank aan

Ilse en Pascale voor hun teksten

Betty voor de doordenker



WZC ZONNEWENDE

Kerkstraat 5-9
2950 Kapellen

Tel. 03 660 25 00

info.zw@zusters-berlaar.be

Dit huiskrantje is digitaal terug te vinden op onze website
www.zonnewendekapellen.be.